

「心のしくみシート」を使った事例検討研修

— 支援者のこころの動きにも目を向け、違和感に立ち止まる —

2026 年 7 月 11 日（土）

精神看護研修会「続・金銭管理支援」

～心のしくみシートを用いて効果的なアプローチ（対話）をどう進めるか～について

都立広尾病院 精神看護専門看護師 石川博康 先生をお迎えし、訪問看護師・作業療法士 22 名参加 3 会場をオンラインでつなぎ、事例を元に本人と支援者双方の「こころの動き」「違和感」を丁寧に見つめ直し検討しました

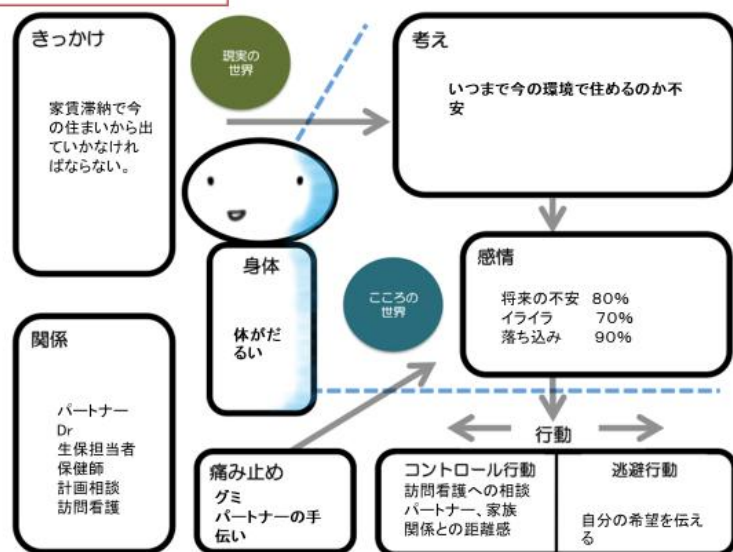


実際に検討した 1 事例

家賃滞納により、今の住まいを離れなければならない A さん。「いつまで今の環境で生活できるのか」「パートナーの支援はいつまで続くのか」と考え、将来への不安 80%、イライラ 70%、落ち込み 90%を感じ、身体のだるさもみられていました。

本人はパートナーに手伝ってもらい、訪問看護へ相談する、家族やパートナーと距離を取る、自分の希望を伝えるなどの行動を取っていました。

Aさん、こころのしくみ図



研修で確認できたこと

- 本人の言動を「心のしくみシート」を使用し、背景にある考えや感情を整理し事実と解釈を分け、多面的に整理することができた。
- 支援者が感じる焦り、戸惑い、無力感も支援に影響することを共有できた。
- 講師の助言から、支援の選択肢や新たな仮説へ発展させることができた。

今後も、事例を通して立ち止まり、語り合い、支援を深める学びを続けていきます。